



2025年1月17日 星期五 责编:徐徐 王妙妙 美编:张靖宇 审读:邱立波

我的心儿怦怦跳

总有一些时刻,让孩子们的心像揣了只小兔子,怦怦直跳。是试卷发下前的忐忑不安,是英语比赛时的紧张兴奋,是拔牙时的恐惧又勇敢,是独自入睡时的小小勇敢,是偷偷看平板时的提心吊胆,也是第一次走夜路时的小心翼翼……这些心跳加速的瞬间,都被孩子们用文字定格。现在,就让我们一同感受那些藏在童年记忆深处的紧张与激动吧。

●在生活中,总有那么几件事令人心儿怦怦直跳。其中,一个人第一次走夜路,如今想起依然让我胆战心惊。

那天周五,我去同学家玩。天色渐晚,也不见爸妈来接我,我猜他们应该还在工作,便独自一人闯进巷子里。

我小心翼翼地走在一望无际的黑暗之中,每走几步就倒吸一口凉气,汗毛都竖立了起来,不禁打了好几个冷战。忽然刮来了一阵大风,路边的树摇晃起来,月影斑驳,树影活像动画片里的妖魔鬼怪,再加上树叶的“沙沙”作响,让我觉得有人躲在草丛里,真是令我脊背发凉。我加快脚步,向离我不远的大街上跑去。

终于迎来了光明,大街上车水马龙,热闹非凡。可独行的我看着眼前形形色色的路人,内心的恐惧再次被点燃了。我想起新闻中拐卖儿童案件,心里像装了一只兔子,怦怦直跳,立马撒开腿向着家狂奔。

我气喘吁吁地跑到家楼下,脚又酸又痛。我扶着扶手慢慢向上爬,忽然,楼道灯熄灭了,我吓得魂飞魄散,连滚带爬回到家里。

第一次走夜路,我一路狂奔,狼狈不堪,原来十分钟的路程,我只用了七分钟,现在想想都心有余悸。

鄞州区学士小学410班
刘安琪(证号2515730)
指导老师 吴丹

●假期,我参加了爸爸部队里组织的“小小海测兵”军训。

一天的训练结束,我的心开始忐忑不安,因为这是我第一次形单影只地睡觉。忽然,一阵风吹来,我不禁打了个冷战,身体猛地一僵,害怕得要命。偏偏这时候,我不争气地想小便,我的心七上八下,到底去不去呢?可不管我怎样忍受,都禁不住生理的需求。我刚准备起身,窗帘突然被风吹开,我身体一抖,“咕噜噜”滚下了床。

我急忙站起身,穿上鞋,似风火轮般冲了出去,心里既慌乱又害怕。我紧贴墙壁,悄无声息地潜伏在走廊里。到了拐角,我先把头探出去观察一会,才敢动身。这短短几十米,被我硬生生走成了十万八千里,经历九九八十一难,终于,快“取到真经”了。

可是,在厕所门口,我突然看见一个黑影,我又被吓得回了宿舍。过了一会,我实在憋不住了。经历了十几分钟,我通过“长途跋涉”,终于上完了厕所。

我回宿舍时,忐忑不安的心终于找准了落脚点,恢复了正常跳动。我钻入被窝,想着刚才的经历,心有余悸。不过,这次独自睡觉和上厕所的经历,也让我变得更加勇敢和独立了。从那以后,我不再害怕一个人睡觉,因为我知道,只要克服了内心的恐惧,就没有什么能够难倒我。

镇海区实验小学407班
杨启航(证号2523747)
指导老师 李佳欣

●在生活中有许多令我心儿怦怦跳的时刻,如收到礼物的惊喜、玩过山车的刺激、比赛的紧张……其中最让我难以忘怀的是第一次独自入睡。

随着我慢慢长大,妈妈锻炼我独自入睡。自己睡的第一晚,我脑海中浮现了各种各样的妖魔鬼怪,它们披头散发,苍白的脸离我越来越近……“我真的能成功吗?”我的手心都开心微微冒汗,不停地颤抖着,我的眼睛紧紧地闭上了……忽听风“呜呜”地吹着,树叶舞动着,映照在窗帘上,仿佛是个幽灵。

夜晚来临了!我爬上了小床,钻进了被子,闭上眼睛。果然不出所料,各种黑影又浮现在脑海中。它们似乎还特意打扮过,我不禁倒吸了一口凉气,身体也微微颤抖起来,“你别过来!你别过来!”我心中暗暗叫喊。可是,眼前的黑影继续向我飘来!又是一阵风,“呜呜”地吹得我心底发凉。有东西慢慢靠近我,我的脸一下子白了,手脚也凉了。我一下子坐了起来,走下了床,汗毛全竖起来了,我不能走了!原来,我的衣服被挂钩钩住了,我将衣服松开!一番折腾后,我发现都是自己在吓自己。我又睡下了,下半夜我睡得特别的踏实!

直到现在,我回想起自己第一次入睡,还记忆深刻。

鄞州区华泰小学东校区405班
励心灵(证号2514405)
指导老师 董瑜

●每当我看到墙上放着的奖牌,心就会跳个不停,脑海里就不知不觉想到了我参加英语比赛的那一刻。

那是去年,我到杭州参加省赛。为了上台不紧张忘词,我把演讲稿背得滚瓜烂熟了,觉得可以拿前三名!

还剩几个就到我了!看着前面几个几位选手眉飞色舞地演讲着,我的心跳开始“咚咚,咚咚”不断加速,就像在打退堂鼓。我不停地告诉自己:没事的,我能行!可一想到快轮到我了,要是我忘词了怎么办?我的腿就开始抖个不停。

轮到我上台了,我的心“扑通、扑通”地越跳越快,就像一只调皮的小鹿在里面乱蹦乱跳。我走到舞台中央,鞠了个躬,准备开始演讲。霎时,台下的评委、观众变得鸦雀无声,都直勾勾地盯着我。一颗颗硕大的汗珠从我脸上滚了下来,我的心似乎停止了跳动,感觉整个身子都在颤抖。只有嘴巴在讲,至于讲什么,我也不知道。

直到后面我看到评委老师露出欣赏的眼光,我心中的大石头才落了下来,心跳也恢复了正常,长叹了一口气,人也放松了下来。

直到现在,我一想起来依旧记忆犹新,现在它已成为了我回忆中最宝贵的一段。

宁波市惠贞书院403班
王婷萱(证号2524899)
指导老师 孟晓宁



黑神话悟空

余姚市长安小学505班
陈欣怡(证号2520319)
指导老师 毛艳艳

●“发试卷啦!发试卷啦!”一声突如其来的呼喊,如同石子投入平静的湖面,教室瞬间沸腾,我的心跳也随之骤然加速,仿佛要跃出胸膛。

这突如其来的消息让我措手不及,心中仿佛有只小鹿横冲直撞,几乎要冲破喉咙的束缚。一时间,无数念头在脑海中盘旋:要是成绩不尽如人意怎么办?会不会迎来一场“狂风暴雨”?

正当我心神不宁之际,远远望见一位同学将我的试卷轻轻置于桌上。我硬着头皮,每一步都似踏在刀尖上,心跳随着脚步的临近而愈发急促。终于,我站在了桌前,映入眼帘的是一个醒目的98分。我的心情如同过山车般,从谷底直冲云霄,喜悦之情溢于言表,我高举试卷,兴奋地跳跃,仿佛整个世界都随着我的快乐而旋转。当我得知自己竟是第一名时,那份惊喜更是无以言表,心中涌动着一种前所未有的甜蜜。

呼!这次发试卷的经历,真是一场惊心动魄的旅程。虽然时光荏苒,但每当忆及此景,我的心仍会不由自主地怦怦直跳。正在阅读这篇文章的你,是否也能感受到我紧张与期待交织的心情呢?

鄞州区宋诏桥小学405班
李翔宇(证号2514925)
指导老师 黄静飞

●今天,我要讲一件让我的心儿怦怦跳的事,这件事发生在我二年级的时候。

那天,我的好朋友要来我家玩,我十分开心。好朋友到了,妈妈让我们在房间里玩。玩的时候,我看见我的桌上放着平板,立刻想起昨天看的电视,真想用平板看完大结局,可我又不敢,怕被爸爸妈妈发现。

这时,我悄悄地对我的朋友说:“想不想看大结局?”她立刻点点头。于是我悄悄地开平板,悄悄地点入优酷,悄悄地把声音调小。此时我心里像十五个吊桶打水——七上八下。我心想:妈妈不会突然闯进来吧?希望不会被发现。看的时候,我胆战心惊,竖着耳朵听外面的动静。终于,我们平安地看完大结局。

朋友回家后,妈妈对我说:“快去写作吧!”我乖乖地去写作业。写作业时,妈妈走进房间,拿起平板。这时,我心怦怦跳,心想:完了,要被发现了。果然,妈妈一打开平板,熟悉的结束音乐响了起来。妈妈用冰冷的眼光看向我,我手足无措:“这个……那个……”唉,不用说,我又被教训了。

经过这次事情,我再也不敢偷偷看平板电视了。

鄞州区宋诏桥小学408班
王思琪(证号2514944)
指导老师 陆溢倩

●你们偷吃过生日蛋糕吗?我的偷吃经历是终身难忘的。

那是在我七周岁生日的时候。我知道妈妈给我买了一个好吃的草莓蛋糕,那可是我的最爱!趁着妈妈在房间里忙,弟弟在客厅里玩,我偷偷地走到厨房,打开冰箱,里面放着的正是我心心念念的草莓蛋糕。我看得口水都要流下来了。我悄悄地从冰箱里拿出蛋糕,轻轻地放在一旁的桌子上。接着我又从柜子里拿出刀叉,切下一块,拿起叉子,开始吃了起来。正当我吃得津津有味的时候,听到了一阵急促的脚步声。我吓得魂飞魄散,汗毛都竖起来了。我的心就像十五个吊桶打水——七上八下,甚至开始想象被妈妈和弟弟发现以后的情景:弟弟满屋子跑,一边跑一边大声喊:“姐姐偷吃生日蛋糕啦!姐姐是个小馋猫!”要是让邻居们听见了,那该多丢人呀。然后妈妈就会瞪着眼睛严肃地批评我不应该偷吃生日蛋糕,要一家人一起分享……

正当我想象着被发现之后的惨状时,妈妈带着弟弟来了。果然,妈妈看见我在偷吃生日蛋糕,脸都被我气红了,狠狠地把我批评了一顿,弟弟在一旁不停地笑话我。虽然如此,他们还是给我准备了我心爱的生日礼物,唱了生日快乐歌。这个小插曲让我度过了一个难忘的七周岁生日。

同学们,你们可不能像我一样哦!直到现在,每次想起这件事,我的心都还会怦怦跳呢!

鄞州新蓝青学校408班
徐瑾晗(证号2513207)
指导老师 钟帅师

●“咚——咚——咚!”心脏随着这有节奏的咚咚声剧烈跳动着,我在床上翻来覆去,根本无法入睡。一想到明天就要去拔牙,我的心里就像揣了只小兔子,七上八下的。

第二天清晨,妈妈把我带到了牙科医院。在医院门口等待的那两个多小时,对我来说仿佛是一场漫长的煎熬。每一分每一秒,我都能感觉到自己的心在怦怦乱跳,紧张得手心直冒汗。

终于轮到我了,我怀着极度不安的心情躺在椅子上,慢慢张开嘴巴。一开始,我以为不用拔牙,可当看到电脑里自己牙齿的情况时,我的心又猛地悬了起来,我有8颗牙要补。

我不情不愿地重新躺好,张开嘴巴。医生先给我打了麻药,没一会儿,嘴巴就麻得失去了知觉。但我的心依然害怕得怦怦直跳,眼泪情不自禁地流了下来。医生开始清洗我的口腔,还用一些不知名的工具在我嘴里摆弄着,那种难受的感觉让我觉得度秒如年。

补牙的过程中我痛得嗷嗷直叫,这期间,我的心一直疯狂跳动,紧张和害怕充满了整个胸腔。

过了漫长的一个小时,8颗牙终于补好了。拔牙补牙实在是太可怕了,那种酸麻胀痛的滋味至今让我心有余悸。

从医院走出来的时候,我暗暗发誓,以后一定要少吃甜食,好好爱护牙齿,再也不想经历这样可怕的事情了。

鄞州区江东中心学校
华光校区404班
仇梓茜(证号2514027)
指导老师 徐露